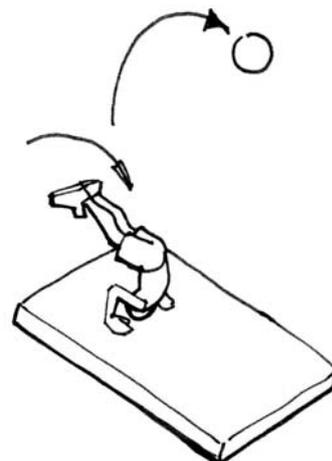




Stufe	4.- 6. Schuljahr
Dimension	Sachkompetenz
Teildimension	Koordination
Kompetenz	Herausfordernde Bewegungsaufgaben lösen
Niveau B	Ich kann schwierige Bewegungsaufgaben lösen.



Ball aufwerfen – Rolle vorwärts (B)

Aufgabe und Durchführung	Die Schülerin/der Schüler soll nach einer Rolle vorwärts den selber aufgeworfenen Ball im Stand fangen.	
Bewertung/ Anforderung	Um den Test zu erfüllen, muss die Übung bei 3 Versuchen 2-mal korrekt gelingen.	
Beobachtungspunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Bei der Rolle vorwärts stützen beide Hände auf dem Boden. • Die Rolle vorwärts wird über den Nacken – nicht über die Schulter – abgerollt. • Der Ball wird im Stand gefangen (Gesäss nicht mehr am Boden). 	
Anweisung für die Schüler/-innen	«Bei diesem Test wird eure Geschicklichkeit überprüft. Stellt euch mit einem Volley- oder Softball in den Händen vor die Matte. Werft den Ball in die Höhe, vollführt eine Rolle vorwärts und fangt den Ball im Stehen, bevor er zu Boden fällt. Der Test ist erfüllt, wenn die Übung bei 3 Versuchen 2-mal gelingt.»	
Aufbau	2 Anlagen mit je 2 Matten in einem Abstand von ca. 2 m. Auf jede Matte wird ein Volley- oder Softball gelegt.	
Material	2 Matten, 2 Volleybälle oder Softbälle	
Quelle	-	
Praktische Umsetzung und Erfahrungswerte	Zeit	ca. 1 Min. für 2 Schüler/-innen
	Organisation	2 Schüler/-innen gleichzeitig beurteilen
	Testpersonen	2 Schüler/-innen
	Probleme	-